Super Toning 2 en 1

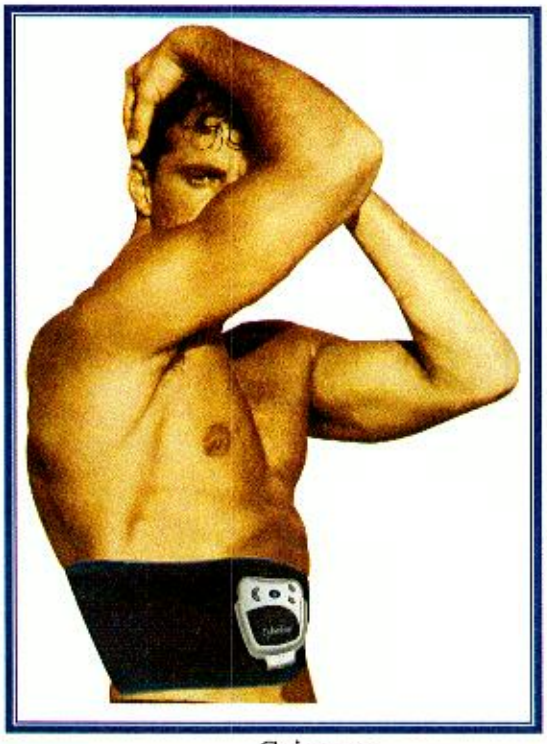
Cyberline

4 Electrodes très longue durée
+ 4 électrodes adhésives

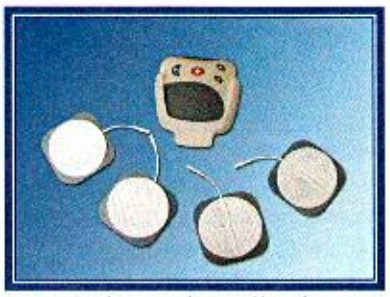
Ceinture de musculation abdominale

Taille fine et ventre plat

MODE D'EMPLOI



Ceinture



Adaptateur + 4 électrodes adhésives

SUPER TONING 2 en 1

4 Electrodes très longue durée
+ 4 électrodes adhésives

vous souhaite la bienvenue

L'appareil:

ATTENTION

Par mesure de sécurité, votre appareil ne fonctionne que si les électrodes sont en contact avec la peau.

Important/Détection contact:
S'il n'y a pas de contact entre la peau et les électrodes, l'intensité revient automatiquement à "0". Si la ceinture est ôtée de votre corps, l'intensité est à " 0 ", même si l'appareil est en position "ON". Cela préserve l'utilisateur de sensations désagréables.

ON/OFF
Pressez le bouton **ON** pour mettre en marche l'appareil.
Pressez le même bouton vers le bas durant 3 secondes pour arrêter l'appareil.
Pressez ce bouton brièvement lorsque le système est en marche et pressez le à nouveau brièvement avant de démarrer les programmes.

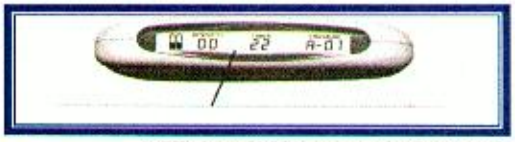
Clé des programmes:
Pressez cette clé pour changer de programme.
Pressez cette clé pendant 3 secondes sans toucher au bouton **ON/OFF.**

Bouton d'intensité:
Pour augmenter l'intensité appuyez sur la flèche ↑.
Pour diminuer l'intensité appuyez sur la flèche ↓.

Compartiment des piles:
Faites glisser le couvercle vers l'extérieur et placez 3 piles 5V AAA

CE 0197 CONFORME AU MEDICAL DEVICE DIRECTIVE (93 / 42 / EEC).

Ecran:



Affiche différentes informations au cours du fonctionnement de l'appareil.

Cet écran est totalement informatif, il vous guide sur l'utilisation des programmes, de l'intensité, de l'usure des piles, de la pause, du temps restant sur votre séance et du verrouillage (clé) de l'indicateur.

A. Signal Usure des piles. Le symbole piles apparaît lorsque les piles usées doivent être remplacées.

B. Intensité de 0 à 15.

C. Pause Indique quand le programme est en pause.

D. Timer Indique le temps restant sur la séance du programme en cours.

E. Look Verrouillage de l'intensité (ne peut pas être augmentée ou diminuée).

F. Program Le programme en cours indique le nombre d'exercices effectués pour ce même programme.

SPECIFICATIONS TECHNIQUES:

Paramètres des courants:

Programme 1: A **RAFFERMISSEMENT** **Temps séance: 30 minutes**

	Mode	Temps séance	Fréquence contraction	Fréquence Repos	Largeur d'impulsion 1	Largeur d'impulsion 2	Montée de la rampe du courant	Descente de la rampe du courant	Temps de la contraction	Temps de la décontraction
Phase 1	Varié	10 min	45 Hz	2 Bursts	300 µs	/	2 sec	2 sec	6 sec	8 sec

Programme 2: B **TONIFICATION** **Temps séance: 30 minutes**

	Mode	Temps séance	Fréquence contraction	Fréquence Repos	Largeur d'impulsion 1	Largeur d'impulsion 2	Montée de la rampe du courant	Descente de la rampe du courant	Temps de la contraction	Temps de la décontraction
Phase 1	Varié	10 min	50 Hz	2 Bursts	300 µs	/	2 sec	2 sec	6 sec	8 sec

Programme 3: C **MUSCULATION** **Temps séance: 30 minutes**

	Mode	Temps séance	Fréquence contraction	Fréquence Repos	Largeur d'impulsion 1	Largeur d'impulsion 2	Montée de la rampe du courant	Descente de la rampe du courant	Temps de la contraction	Temps de la décontraction
Phase 1	Varié	10 min	60 Hz	2 Bursts	300 µs	/	2 sec	2 sec	6 sec	8 sec

Programme 4: D **RELAXATION/RECUPERATION** **Temps séance: 25 minutes**

	Mode	Temps séance	Fréquence contraction	Fréquence Repos	Largeur d'impulsion 1	Largeur d'impulsion 2	Montée de la rampe du courant	Descente de la rampe du courant	Temps de la contraction	Temps de la décontraction
Phase 1	Continu	10 min	6 Hz	/	300 µs	/	/	/	/	/

Programme 5: E **ANTI DOULEURS** **Temps séance: 30 minutes**

	Mode	Temps séance	Fréquence contraction	Fréquence Repos	Largeur d'impulsion 1	Largeur d'impulsion 2	Montée de la rampe du courant	Descente de la rampe du courant	Temps de la contraction	Temps de la décontraction
Phase 1	Continu	10 min	3 Bursts	/	300 µs	/	/	/	/	/

Programme 6: F **BODY-BUILDING** **Temps séance: 25 minutes**

	Mode	Temps séance	Fréquence contraction	Fréquence Repos	Largeur d'impulsion 1	Largeur d'impulsion 2	Montée de la rampe du courant	Descente de la rampe du courant	Temps de la contraction	Temps de la décontraction
Phase 1	Continu	10 min	100 Hz	/	100 µs	/	/	/	/	/

Voltage	70v/ 500 ohm
Courant	140mA/500 ohm
Fréquences	6 à 100 Hz
Forme de courant "wave form"	Biphase - sysmétrique de forme rectangulaire mesuré à partir d'un standard
Puissance piles	3 piles 1.5 v AAA LR03
Largeur d'impulsion	100/300µs par phase

Conditions d'environnement:

1 Appareil en fonctionnement:
0 - 40° centigrades
20 - 65 % RH Humidité

2 Rangement de l'appareil:
0 - 55° C
10 - 90 % RH Humidité

Cet équipement est protégé contre les chocs électriques grâce à des éléments isolants.
Attention consultez attentivement ce document avant toute utilisation.

Super Toning, Cyberline

4 Electrodes très longue durée
+ 4 électrodes adhésives

Merci d'avoir choisi le Cyberline Super Toning 4 électrodes 2 en 1, votre appareil personnel de tonification de la sangle abdominale.

Ce système est tout spécialement conçu pour remuscler vos abdominaux et vos obliques dans le plus grand confort.

Super Toning 4 électrodes 2 en 1 est extrêmement facile à utiliser grâce à ses éléments automatiques: une action simple sur les boutons et un écran vous communique tous les détails de votre exercice musculaire.

Les 6 programmes spécifiques développés sont automatiques.
Différents réglages d'intensité ont été optimisés pour muscler de façon effective avec une grande facilité votre sangle abdominale.

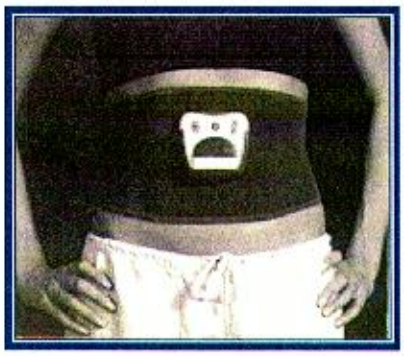
- ***Raffermissement***
- ***Tonification***
- ***Musculation***
- ***Relaxation/Récupération***
- ***Anti-douleurs***
- ***Body building musculation intensive***

Comment fonctionne votre Super Toning 4 électrodes 2 en 1 Cyberline ?

Super Toning 4 électrodes 2 en 1 fonctionne sur les principes de l'E.S.M (Stimulation Electrique Musculaire). L'appareil génère des impulsions douces transmises aux points moteurs des muscles au travers de larges électrodes. Vos muscles se contractent et se relaxent comme lors d'un exercice de gymnastique.
Ces impulsions ainsi générées ont été conçues pour imiter le travail naturel des contractions musculaires efficace et confortable.
Les programmes provoquent ces impulsions à intervalles réguliers contractant et relaxant les muscles abdominaux.

Quelle sensation éprouve t-on?

Au début vous ressentirez une sensation douce. Au fur et à mesure que vous augmenterez l'intensité, vous augmenterez les contractions de vos muscles sur toute la sangle abdominale.
Ces contractions sont douces et chacune d'elle évolue progressivement durant quelques secondes pour se terminer par une confortable relaxation.



Mise en marche:

Lorsque vous sortez votre Super Toning 4 électrodes 2 en 1 de son emballage, l'appareil est fixé sur son support à la ceinture. Pour détacher l'appareil, poussez fermement à l'aide de vos2 mains et faites glisser le système vers le haut à l'extérieur de son support.

Placez vos piles:

Faites glisser le couvercle du compartiment des piles (voir schéma). Insérez 3 piles 1.5 volts AAA en veillant à la correspondance des polarités (une mauvaise position empêche l'appareil de fonctionner et risque de l'endommager).

Arrêt des programmes:

Si à un moment quelconque, vous décidez de stopper votre programme, pressez brièvement le bouton **ON/OFF**, vous entendez un "bip" et le symbole "Pause "apparaît à l'écran.
Pour continuer votre programme, pressez à nouveau le bouton, vous entendez un "bip' et le programme repart de la phase qui a été stoppée.

Notice d'utilisation:

La Super Toning 4 électrodes 2 en 1 possède 6 programmes spécifiques qui vous offrent le plus performant degré d'exercices d'un programme à l'autre. L'entraînement et les contractions musculaires deviennent plus longs et plus forts lorsque vous allez du programme A jusqu'au programme F.

Chaque programme est conçu pour un temps spécifique et chaque programme répète un certain nombre d'exercices jusqu'au programme suivant. Par exemple, lorsque vous commencez par le programme "A-01", celui-ci se poursuivra pour le temps indiqué et s'arrêtera automatiquement.
Recommencer l'opération pour les autres programmes choisis. Vous pouvez aussi revenir sur le menu Programme, pour chacun des autres programmes.

Si vous vous sentez prêt à augmenter l'intensité, utilisez le bouton "P". Si vous changez de programme en cours de séance, l'intensité retombe à zéro par sécurité pendant 2 secondes et ensuite revient au degré d'intensité original du précédent programme. A tout moment, vous pouvez diminuer le degré d'intensité en appuyant sur la ↓ intensité.

Tous les programmes de la Super Toning 4 électrodes 2 EN 1 ont été conçus avec une phase d'introduction avant la séance d'exercices musculaires et une phase finale rafraîchissante de relaxation musculaire avant la fin de la séance.

Il est recommandé d'augmenter l'intensité modérément après les premières 2 minutes de la phase d'introduction. Vous obtiendrez ainsi le maximum de bénéfices au cours de votre séance d'exercices.

Guide:

Lorsque vous utilisez Super Toning 4 électrodes 2 en 1 pour la première fois, il est recommandé de ne faire qu'une seule séance quotidienne durant la première semaine afin d'habituer vos muscles à ces exercices. Vous pourrez ensuite faire plusieurs séances par jour en laissant un intervalle de 5 à 6 heures entre deux séances.

L'exercice doit être adapté à votre résistance personnelle et être toujours confortable. Il doit être adapté à l'état de vos muscles. Il est donc recommandé de commencer progressivement car les programmes ont été spécialement étudiés pour permettre à votre système musculaire de s'adapter.

Une alimentation saine et quelques exercices combinés à vos séances de Super Toning 4 électrodes 2 en 1 vous permettront d'obtenir des résultats optimaux.

Super Toning 4 électrodes 2 en 1 / Fonctions automatiques:

Arrêt automatique:

Si l'unité est en marche, l'intensité est à "0", non utilisée pendant cinq minutes, l'appareil s'éteindra automatiquement.

Important/Détection contact:

S'il n'y a pas de contact entre la peau et les électrodes, l'intensité revient automatiquement à "0". Donc la ceinture ôtée de votre corps l'intensité est à "0" même si l'appareil est en position "ON". Cela préserve l'utilisateur de sensations désagréables.

Usure des piles:

Lorsque les piles sont usées, l'indicateur "Piles" apparaît sur l'écran et vous devrez les remplacer.

Fonction mémoire:

L'appareil conserve en mémoire le dernier programme utilisé. Si le programme est terminé, le programme suivant apparaît.
Retour au premier programme lorsque les piles ont été enlevées de l'appareil.

Super Toning 4 électrodes 2 en 1/fonctions spéciales:

Verrouillage des boutons clés:

Lorsque vous avez choisi le degré d'intensité le plus confortable, vous devez verrouiller la clé pour éviter les changements d'intensité accidentels (mauvaise manipulation). Appuyez sur le bouton "Programme" et maintenez-le enfoncé pendant 3 secondes. Vous voyez alors apparaître le symbole "clé" et vous entendez un "Bip". Après ce verrouillage, l'intensité et le programme choisis sont fixés.

Pour déverrouiller les clés, il vous suffira d'appuyer sur la clé de nouveau pendant 3 secondes. Après le "Bip" et la disparition du symbole "Clé" vous pouvez à nouveau modifier programme et intensité.

Programme Off Time:

Chaque programme possède un "On time" lors de la contraction musculaire et un "Off time" pendant la période de relaxation. Le "On time" et le "Off time durent plusieurs secondes et sont répétés tout au long de la durée du programme.

Sécurité:

Pendant le " On time" l'intensité ne peut pas être augmentée mais seulement diminuée et le mot "Intensity" clignote sur l'écran.

Précautions générales:

1 Ne lavez jamais votre ceinture à la machine. Lavez la à la main et à l'eau tiède.
2 N'utilisez jamais de détergent pour laver votre ceinture.
3 Ne pas immerger l'appareil dans l'eau.
4 Ne tenez pas votre appareil près d'une source de chaleur
5 Otez les piles de votre appareil si vous ne devez pas l'utiliser pendant une longue période
6 Utilisez obligatoirement le modèle de piles correct (1.5 volts AAA LR 03) et assurez-vous qu'elles soient correctement placées dans leur compartiment.

ATTENTION:

Lisez soigneusement votre mode d'emploi avant d'utiliser votre appareil.

Contre-indications:

Ne pas utiliser Super Toning 4 électrodes 2 en 1 si vous êtes porteur d'un stimulateur cardiaque ou si vous souffrez de problème cardiaque.
Si vous êtes atteint de cancer ou d'épilepsie.
Si vous êtes enceinte.
Ne pas placer les électrodes sur les carotides, sur les sinus, sur le front, sur le cou ou la tête.
Ne pas placer les électrodes sur ou près du cœur.
Ne pas placer les électrodes sur les parties génitales, sur une plaie ouverte ou une zone infectée ou en état inflammatoire.

Très rarement une irritation de la peau peut apparaître à l'emplacement des électrodes. En ce cas, il est préférable d'arrêter les séances jusqu'à disparition des rougeurs.

La ceinture:

Mode d'emploi

La ceinture Super Toning 4 électrodes 2 en 1 a été conçue pour répondre à un large éventail de tailles. Le matériel spécifique est facile à étirer et la ceinture se place confortablement et discrètement autour de votre taille. Placez la ceinture, électrodes à l'intérieur, face à votre corps. Mouillez abondamment les électrodes noires et votre peau avec de l'eau (vous pouvez aussi utiliser le gel). Assurez-vous que les électrodes restent bien mouillées. Placez ensuite votre ceinture autour de la taille, les électrodes bien appliquées sur votre sangle abdominale. Attachez fermement les velcros afin d'obtenir un bon contact entre les électrodes et votre peau.

Replacez l'appareil sur son support:

Après la mise en place de votre ceinture, remettez l'appareil sur son support. L'écran face à vous est parfaitement visualisable. Un clic vous indique que l'appareil s'est bien enclenché sur son support.

GUIDE D'UTILISATION:

Rapide et très simple:

Point important:

Assurez-vous que les électrodes soient bien humectées avant votre séance.
Placez sur les électrodes une très petite quantité du gel fourni avec l'appareil.

Après avoir mis en place ceinture et appareil, comme précédemment indiqué, lisez attentivement ce qui suit :

Appuyez sur le bouton **ON/OFF** brièvement pour mettre l'appareil en marche: vous devez entendre un **bip** et l'écran doit s'allumer.

Si vous utilisez votre Super Toning 4 électrodes 2 en 1 pour la première fois, le programme " A-01 "est en route.

Il est recommandé de commencer par ce programme. Cependant si vous souhaitez changer de programme, vous pouvez appuyer sur bouton" P ".

Appuyer ensuite sur la flèche ↑ pour augmenter l'intensité jusqu'à éprouver une sensation confortable de contractions.

Vous pouvez toujours l'augmenter ensuite en cours de séance ↑ ou la diminuer ↓.

L'appareil possède 15 degrés d'intensité possible afin de s'adapter à toutes les sortes de muscles (des muscles atones aux muscles les plus vigoureux).
Si à un moment quelconque, vous souhaitez arrêter votre séance, il vous suffit d'appuyer sur le bouton **ON/OFF** pendant 2 secondes.

Bouton d'intensité (bouton à droite)

Sensation inconfortable:

Si vous éprouvez une sensation désagréable au lieu de bonnes sensations, arrêtez le programme et suivez les indications ci-après.
* Otez votre ceinture et assurez-vous que les électrodes soient bien humidifiées.
* Vérifiez que les électrodes soient en bon état.
* Lorsque vous attachez votre ceinture, assurez-vous que les électrodes soient bien en contact avec votre peau et la ceinture fermement attachée autour de votre sangle abdominale.
* Augmentez l'intensité d'un degré.

Si votre peau rougit ou présente une irritation, arrêtez vos séances jusqu'à disparition de l'irritation. Cela peut-être parfois dû aux électrodes mal humectées.
Parfois aussi le corps produit en excès des substances huileuses, au travers de la peau, qui peuvent nuire à une bonne conduction du courant.

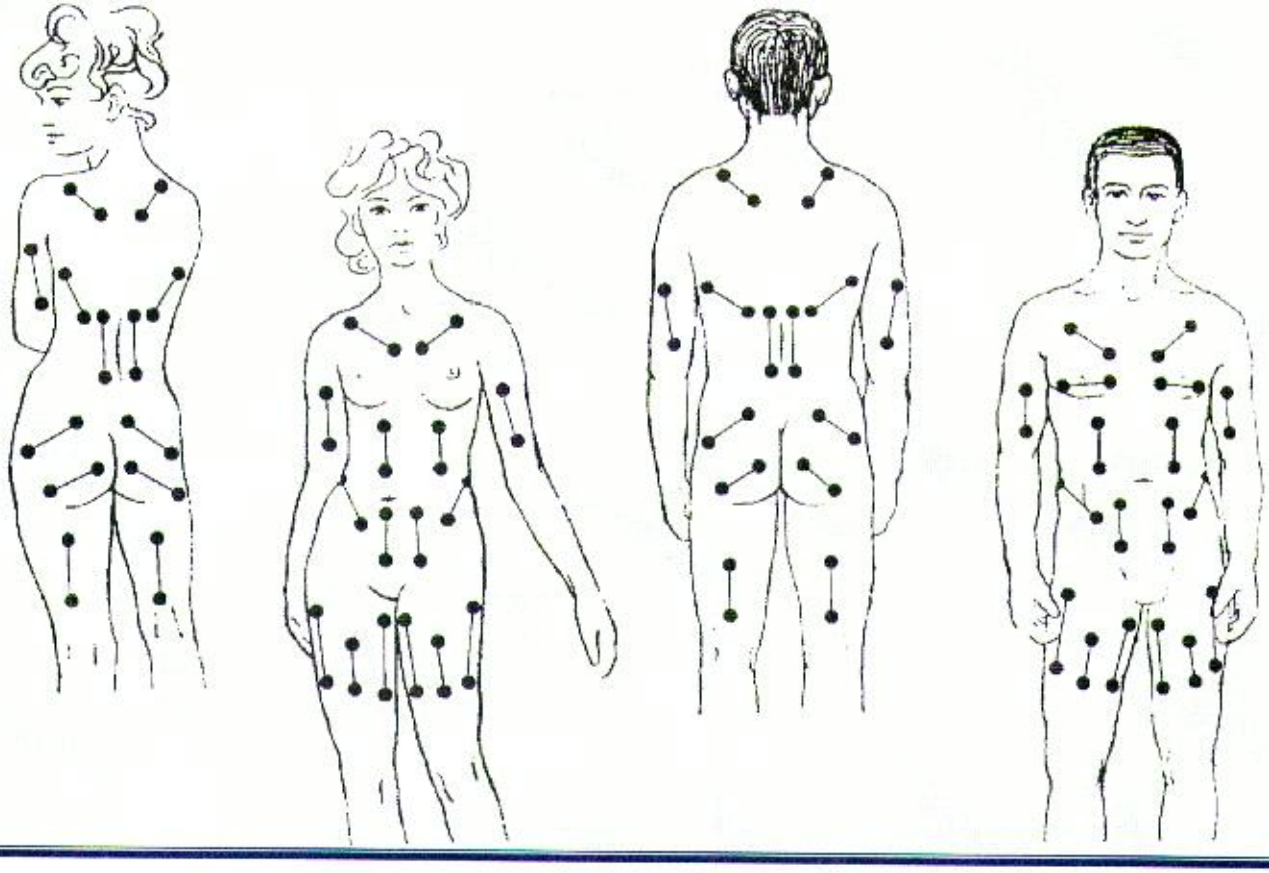
Nettoyez la peau avec un tissu sec avant l'utilisation de l'appareil est souvent une bonne solution.

Maintenez toujours une pause de 5 à 6 heures entre 2 séances.

TOPOGRAPHIE

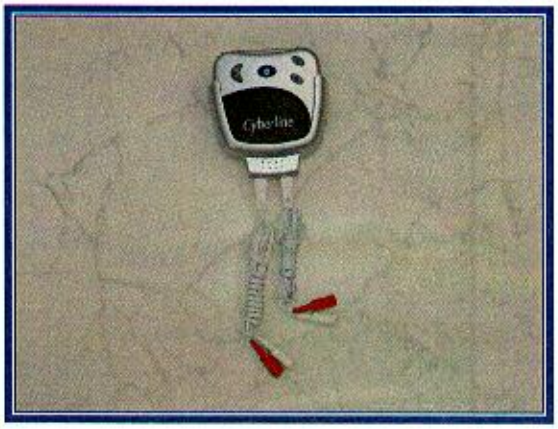
TOPOGRAPHIE DES EMPLACEMENTS DES ELECTRODES

Points moteurs des muscles



ADAPTATEUR PORTABLE
4 ELECTRODES ADHESIVES

La ceinture est livrée avec un adaptateur qui offre une seconde utilisation en ambulatoire sur tous les autres muscles du corps.
Il suffit pour cela d'ôter le stimulateur de son emplacement sur la ceinture et de le positionner dans l'adaptateur qui est muni d'une fixation lui permettant de se fixer sur un vêtement.
Connectez ensuite les deux câbles et enfichez les 4 électrodes à l'extrémité des câbles.
Otez ensuite le film plastique de leur surface adhésive, appliquez-les sur les muscles de votre choix selon la topographie indiquée. Le stimulateur est alors prêt à fonctionner comme avec la ceinture.



GARANTIE:

Votre appareil Super Toning 4 électrodes 2 en 1 est totalement garanti pendant une durée de 1 an à partir de la date de votre achat.

Si votre appareil présente un problème pendant cette période, retournez-le avec votre bulletin de garantie sur votre lieu d'achat. Vous pouvez aussi contacter **Mondial-Innovation " service Cyberline"**. Dans ce cas, l'appareil sera réparé gratuitement ou échangé.

Attention la garantie ne peut pas s'appliquer si votre appareil a été accidentellement endommagé, s' il a été "bricolé", ou si vous avez tenté d'adapter des éléments étrangers ou si vous avez essayé de le faire réparer en dehors de nos services.

Volet à conserver par l'acheteur	Volet à retourner
Mondial Innovation DELATEX **29, rue des Favorites 75015 Paris** **Tel: 01.45.31.39.69** **Fax: 01.45.31.19.34** Bon de garantie 1 an: Super Toning 4 électrodes 2 en 1 Pièce et main d'œuvre: Date d'achat : Cachet commercial ou adresse du revendeur:	**Bon de garantie** **Volet à retourner dans les 15 jours pour la validation de la garantie à:** Mondial Innovation DELATEX 29, rue des Favorites 75015 Paris Votre appareil est garanti 1 an Super Toning 4 électrodes 2 en 1 Nom: ..... Prénom: ..... Adresse: .... Code postal: ..... Ville: ..... Date d'achat : ..... Cachet commercial ou adresse du revendeur:

DELATEX 50, 56 ave PV Couturier 94814 VILLEJUIF cedex
Tel : 01.46.77.05.20 Fax : 01.46.78.18.42
Site web : mondial-innovation.com / e-mail : delatex@wanadoo.fr

CE

ATTENTION:

- vous ne devez pas vous débarrasser de cet appareil avec vos déchets ménagers.
- un système de collecte sélective pour ce type de produit est mis en place par les communes, vous devez vous renseigner auprès de votre mairie afin d'en connaître les emplacements.
- En effet, les produits électriques et électroniques contiennent des substances dangereuses qui ont des effets néfastes sur l'environnement ou la santé humaine et doivent être recyclés.

La directive DEEE est applicable à compter du 13 août 2005 et prévoit notamment la collecte sélective des déchets électriques et électroniques ainsi que le traitement sélectif et a valorisation de ces déchets.

Type d'équipement BF - équipement assurant un degré de protection contre la décharge électrique, avec les parties isolées.

Vous devez lire toutes les instructions - Attention, consultez les documents ci-joints.

CE
0197

Homologation Medical Device Directive.